

大名公民館だより 2月号

令和8年2月1日発行

講座のお申し込みは
電話・来所で
受け付けます

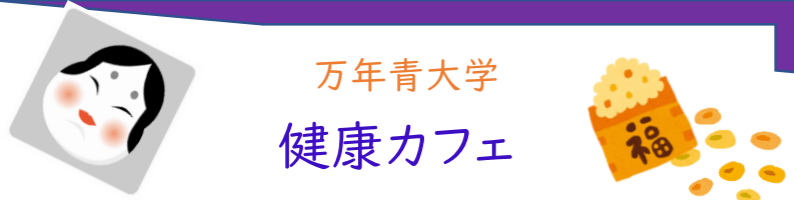
福岡市大名公民館

福岡市中央区大名2-6-53

TEL 751-4212 FAX 751-7691



サークルや講座の
詳細はこちらから



万年青大学
健康カフェ

合同(衛生連合会・ふれあいサロン・老人クラブ)

2月2日(月)10:00~12:00

内容：健康体操、脳トレ、レクリエーション 他
会場：公民館 講堂・学習室
講師：中央区保健福祉センター
保健師・健康運動指導士
対象：万年青大学会員・ふれあいサロン会員
・老人クラブ・大名地区在住の方
定員：30名(先着予約順)
参加費：無料

申込みは
終了しました

*軽食・お茶を用意します
*運動しやすい服装でお越しください

料理教室

2月17日(火)10:00~12:00

～ たんぱくちよい足しメニュー ～

内容：料理教室
会場：公民館 学習室
講師：大名食進会 松本 華苗氏
対象：どなたでも
定員：10名(先着予約順)
参加費：600円
持参物：エプロン・三角巾・筆記用具・飲み物
締切り：2月10日(火)



子どもチョコづくり教室

2月11日(水・祝)10:00~12:00

バレンタインにむけて
～ 生チョコ・マフィンをつくります ～



内容：お菓子づくり教室
会場：公民館 学習室
講師：松本 華苗氏
対象：大名地区小・中・高校生
(低学年は親子でご参加ください)
定員：15組(先着予約順)
参加費：500円(当日徴収)
持参物：エプロン・三角巾
締切り：2月4日(水)

詳細は次号で

万年青大学・閉講式

3月9日(月)10:00~12:00

対象者の方には後日はがきにてご案内します

大名グランドゴルフ大会

3月29日(日)10:00

昨年大好評でした
ストレッチ教室のご案内

日時：令和8年2月16日(月)
10:30~12:00(受付10:00~)

場所：大名公民館 講堂
講師：宮本大地氏(ストレッチトレーナー)
内容：肩こりや腰痛、痛みや不調が起きにくい
身体作りエクササイズ・ストレッチ

対象：どなたでも

参加費：無料

募集：30名(満席になり次第締切り)

申込：大名公民館まで必ずご連絡ください

☎092-751-4212

ヨガマットをお持ちの方は持参ください



主催：(公社)福岡中部法人会第2支部

共催：大名公民館・大名自治協議会

よかトレステーション

ラジオ体操第1をながします
一緒に体を動かしませんか?!

*2月20日(金)10:30

*公民館 1Fロビー

*どなたでも



【イラスト著作権 かくげい】



大名地区防災訓練

日時：2月14日(土) 10:00~12:30

場所：大名公民館・大名ガーデンシティ広場

内容：*簡易トイレの使用法説明
*避難資材の組立、撤去及び心肺蘇生訓練
*AED・水消火訓練

～ 訓練終了後、防災食の試食会 ～

対象者：大名地区住民の方

定員：70名

申込み締切り：1月24日(土)

主催：大名自治協議会 大名防災防犯部
共催：大名公民館



見守り 新鮮情報



機種変更のために携帯電話ショップに出かけ、同系列のキャリアが提供する端末を熱心に勧められ契約した。その後、契約書を確認したところ、断ったはずのオプションなどが付けられているうえ、セキュリティソフトも契約させられていた。納得できない。(60歳代)

不要なオプションが付けられていた!?

携帯電話の契約は慎重に

ひとこと助言



- 携帯電話の買い替えなどの際、不要なオプションを付けられていたといった相談が寄せられています。
- 契約の際には、契約内容をよく確認し、よく分からない場合は契約しないようにしましょう。オプション等を勧められた際も、必要ない場合はきっぱり断りましょう。
- 契約書もその場でよく確認し、不要な契約がないか、月々の支払額はいくらになるかなどを確認しましょう。
- 不要なオプションを契約させられている場合は、すぐにショップに解約を申し出ましょう。困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。

本文イラスト：黒崎 玄

見守り新鮮情報 第529号 (2025年12月4日) 発行：独立行政法人国民生活センター

